



## 食品ロスを減らすために、 私たちにできること

環境省の資料によると、家庭でまだ食べられるのに捨てられる食品（食品ロス）の量は、約280万ト。4人家族の1世帯は、毎年約6万円分の食品を廃棄していると見積もられています。

### 【私たちにできる取り組み】

- ・買い物に出掛ける前に冷蔵庫を確認しましょう。安いからと安易に買いすぎないように！
- ・食べられる分だけ料理しましょう。食べきれなかったものは冷凍するなど、傷みにくい保存方法を考えましょう。
- ・冷蔵庫の中の配置方法を考えましょう。食品を放置して忘れないようにしましょう。

### <問い合わせ>

環境保全課 電話(42)1489、ファクス(43)2840

市制施行70周年記念

## 令和3年 綾部市消防出初式

日時：令和3年1月10日(日)  
午前9時30分(開式)

場所：式典 市民センター  
(あやべ・日東精工アリーナ)  
パレード グンゼ本社前(青野町)  
儀式放水 由良川花庭園

新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から規模を縮小し、関係者のみで式典を行います。パレードの実施に伴い、交通規制を行います。ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

詳細は、市ホームページで消防本部のお知らせをご覧ください。

### <問い合わせ>

消防本部 電話 (42)0119  
ファクス(43)1483



## ◇国民健康保険料の 納付額確認書を送付します◇

確定申告などに必要な国民健康保険料の納付額確認書を、毎年世帯主あてに送付しています。

令和3年度(令和2年分)申告用として、令和2年中に納付された国民健康保険料の確認書は、1月末に送付する予定です。

確認書に記載の額は、普通徴収(口座振替、納付書納付)の方法で支払った額です。特別徴収(年金からの徴収)による納付額は、日本年金機構などから送付される公的年金等の源泉徴収票でご確認ください。

なお、後期高齢者医療保険料と介護保険料については、納付額確認書を送付しません。必要な場合は下記へお問い合わせください。

### <問い合わせ>

後期高齢者医療制度：市民・国保課 電話(42)4246  
介護保険：高齢者支援課 電話(42)4261

## 綾部市国民健康保険

後期高齢者医療制度に加入の皆さんへ

## あやべ健康プラザ(水夢)の 利用を助成します

新規に入会した年度は入会金を、翌年度以降も継続する人には会費の1か月分(いずれも消費税除く)を助成しています。申請を希望する人は、必要書類を持参し、手続きしてください。

なお、保険料に未納がある場合は、未納保険料を納付後に手続きしてください。

本年度すでに申請した人は、手続き不要です。

### <申請に必要なもの>

- ・保険証
- ・本人確認書類(運転免許証など)
- ・印鑑

### <問い合わせ>

市民・国保課 電話(42)4246

## あなたの元気で、あやべを元気に！！ 消防団員募集中！！

市内在住か在勤の18歳以上の人なら入団できます。

大きな災害が発生した場合、たくさんの消防団員の力、協力が必要です。

地域の安全・安心を守る、消防団に入りませんか？

自分たちのまちは自分たちで守りましょう。

### <申し込み・問い合わせ>

地元の消防団員か、消防本部  
管理課 消防団担当へ  
電話(42)0119  
ファクス(43)1483



## 教育資金を日本政策金融公庫がサポート 国の教育ローン

高校、大学等への入学時や在学中の費用を対象とした公的な融資制度です。

詳しくは、ホームページ(「国の教育ローン」で検索)か下記コールセンターへ。

融 資 額：学生1人あたり350万円以内  
金 利：年1.68%固定金利(11月2日現在)  
返済期間：15年以内  
使いみち：入学金、授業料、教科書代、アパート・マンションの敷金・家賃等  
返済方法：毎月元利均等返済  
(ボーナス時増額返済も可能)  
保 証：教育資金融資保証基金  
(連帯保証人による保証も可能)

### <問い合わせ>

コールセンター 03(5321)8656  
ナビダイヤル (0570)008656

－火入れ申請をお願いします－

「火入れ」とは、森林又は森林の周囲1キロメートルの範囲内にある原野、田畑、荒廃地、その他の土地で、立木竹、雑草等を面的に焼却する行為のことです。火入れを行うには、農林課に事前の申請が必要です。強風注意報や乾燥注意報、火災警報が発令された場合は中止してください。

また、焼却などに伴う煙、臭いによる苦情の電話が市役所に寄せられています。煙の臭い等近隣の迷惑にならないようお願いします。

なお、野外や適法な焼却施設以外でごみを燃やす「野焼き」は、法律で禁止されています。違反した場合は5年以下の懲役もしくは1千万円以下の罰金に処せられます。

【火入許可申請について】

- 申請者 団体で申請してください。
  - 提出書類
    - ・地元消防分団長の押印と意見を記載した申請書
    - ・場所の見取り図
  - 提出期限 火入れの7日前までに農林課へ提出
  - 要件 適正な火入れ従事者（火入面積が0.5ヘクタールごとに10人ずつ加算した人数以上）を配置してください。
- 火入許可書に記載の指示事項を遵守してください。

【例外として焼却を認められる場合】

- ・稲わら、田畑の法面等の草の焼却など
  - ・どんど焼き、門松、落ち葉たきなど
- ※例外として認められている場合でも、生活環境上支障を与え、苦情等がある場合は、行政指導の対象になります。
- <問い合わせ>
- |                   |         |            |
|-------------------|---------|------------|
| 「火入れ」             | 農林課     | 電話(42)4362 |
| 「野焼き」             | 環境保全課   | 電話(42)1489 |
| 「たき火等」「刈払った草等の焼却」 | 消防本部予防課 | 電話(42)0119 |

人権福祉センター物部会館  
パソコン講座(インターネットコース)受講生募集

人権福祉センター物部会館では、インターネットを安全・安心に利用するための基本講座を開催します。利用方法などを基本から学びたい人は、ぜひお申し込みください。

- 日 時 2月24日(水)、25日(木)、26日(金)  
3月1日(月)、2日(火)、4日(木)  
午後7時～9時(夜の部のみ)
- 場 所 何北中学校(物部町)
- 申込期間 1月18日(月)～1月29日(金)
- 定 員 先着15人  
※定員になり次第、締め切ります
- 受 講 料 1,000円
- そ の 他 私物のノートパソコンの持込不可

<問い合わせ>  
物部会館 電話・ファクス(49)0094

令和2年度 男女共同参画を考える講座

あいアカデミー基礎講座 入場無料 ★要申込★

日時 令和3年1月30日(土)午後2時～4時  
場所 1・Tビル2階多目的ホール(西町一丁目)  
講師 伊藤 公雄さん(京都大学名誉教授)

演題 男女共同参画で地域に活気を!

申し込み期限 1月15日(金)  
※要申込…受講、保育ルーム、要約筆記

- 当日はマスクの着用や検温にご協力をお願いします。
- 新型コロナウイルス感染症の状況により、内容が変更または中止となる場合があります。

<申し込み・問い合わせ>  
あいセンター 電話・ファクス(42)1801



綾部市成人式のお知らせ

綾部市は令和3年第70回「綾部市成人式」を開催します。

- ◇ 日 時 令和3年1月10日(日) 午後1時開式 正午から受け付け開始
- ◇ 対 象 平成12年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた人
- ◇ 会 場 中丹文化会館(里町) 電話(42)7705
- ◇ 内 容 市長式辞・来賓祝辞・二十歳のメッセージ(新成人代表)



個人あてには通知しません。また、事前申し込みは必要ありませんのでご承知ください。ご来場の際は、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策へのご協力をお願いします。

<問い合わせ> 社会教育課 電話(42)4326

【STOP! コロナ差別】 偏見や差別が広まると人々の不安をまおり、感染防止の妨げになります。お互いを思いやり、支え合う心を持ち、偏見や差別をなくしましょう。

## 検温機器セットの無料貸出

市内公共施設でイベント等を安心して開催できるよう検温機器セット（下記①②）を無料で貸し出します。

- ①カメラに映る人を複数人同時に検温できるカメラ一式
- ②非接触型体温計（※①②とも原則屋内使用に限る）

使用には、下記施設へ事前申請が必要です。

- ◆市文化・スポーツ振興課
- ◆あやべ・日東精工アリーナ（市民センター）
- ◆総合運動公園体育館
- ※申請書は市ホームページか上記施設に置いてあります（貸出には要件があります）



※コンセント2口必要

<問い合わせ>

文化・スポーツ振興課  
電話(42)4356

## 京都ジョブ博 福知山・綾部合同就職フェア

日 時：令和3年1月17日(日)、18日(月)  
午前9時～午後5時20分

場 所：市民交流プラザふくちやま  
(福知山市)

内 容：福知山市、綾部市に所在する約80事業所との対面式面談やZoomを使用したオンライン式面談（事前予約制）

◆詳細は、12月21日(月)以降に市のホームページをご確認ください。  
URL：<https://www.city.ayabe.lg.jp>

対 象：UIJターン希望者、離職者・転職希望者、一般求職者、令和3年3月大学等卒業予定者・未就職卒業者等（参加費無料）

<問い合わせ>

商工労政課 電話(42)4264

## 老後の備えは十分ですか

- 農業者年金に加入しましょう。
- ・自身の積立保険料が自らに給付される積立方式の公的年金（少子化に強い！）
  - ・保険料は 全額 社会保険料控除対象（年最大80万4千円まで）
  - ・終身年金（80歳までの保障付き）



### 農業者年金の加入条件

- ①60歳未満の人
- ②年間60日以上の農業に従事する人（配偶者・後継者も可）
- ③国民年金第1号被保険者の人（免除者除く）

<問い合わせ> 農業委員会 電話(42)4269

## 今年中に納めた国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です

毎年1月から12月までに納めた国民年金保険料は、全額が社会保険料控除の対象です（家族の国民年金保険料を納付した場合は、その分も合わせて控除が受けられます）。

本年1月1日から9月30日までに国民年金保険料を納付した人には、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が郵送されています。（10月1日から12月31日までに今年初めて国民年金保険料を納付した人には、来年2月上旬に日本年金機構から郵送予定）

年末調整や確定申告を行う際には、必ずこの証明書が領収証書を添付してください。

<問い合わせ> 舞鶴年金事務所 0773(78)1165  
市民・国保課 (42)4253

## 京都弁護士会 綾部法律相談センター

京都弁護士会は、法律問題で困りごとがある人のために法律相談を実施します。気軽にご相談ください。

日 時 令和3年1月7日、14日、28日(木)  
午後1時～4時20分  
場 所 市民ホール（宮代町）  
場 費 40分 5,500円  
用 約 相談日の前日までに下記の連絡先へお問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、電話相談に切り替える場合がありますので、ご了承ください。

<申し込み・問い合わせ>

丹後法律相談センター 電話0772(68)3080  
※受付時間 午前9時～午後5時（土日祝除く）

## 雪かきボランティア登録募集

雪かきの対応が困難な世帯を支援するボランティアを募集します。

- ◇条件 綾部市在住・在勤の高校生以上の人  
未成年は、保護者の同意が必要です
- ◇活動内容 市職員に同行し、道路から玄関先までを除雪
- ◇募集期間 随時
- ◇活動期間 12～3月中旬ごろ  
※活動日は天候や雪の条件でその都度決定します
- ◇保険 ボランティア保険に加入してください
- ◇登録方法 登録用紙に記入の上、あやべボランティア総合センターへ

<問い合わせ>

あやべボランティア総合センター  
電話(40)1388、ファクス(40)1389



# あやちゃん健康だより

<問い合わせ>  
保健推進課  
電話0773(42)0111  
FAX0773(42)5488

## 風しん抗体検査・予防接種クーポン券の有効期限が迫っています

風しんのまん延を予防するため、令和4年3月31日までの3年間に限り、公的な風しんの予防接種を受ける機会がなかった昭和37年4月2日～昭和54年4月1日の間に生まれた男性は、風しん抗体検査・予防接種が公費で受けられます。



対象者には左図のクーポン券を送付しています。紛失、破損した場合は再発行ができません。同封の説明書をご覧ください。有効期限は令和3年3月31日(水)です。



### <実施の流れ>



### <実施場所>

抗体検査…事業所健診、医療機関  
予防接種…医療機関

- ・事業所や医療機関には実施の有無を事前にお問い合わせください。
- ・綾部市から転出した場合はクーポン券を使用できません。転出先の自治体にお尋ねください。

## 年末年始 休日歯科診療当番のお知らせ

年末年始は以下の歯科医院で診療を行います。診療時間はいずれの日も午前9時～午後5時です。



日にち	歯科医院	所在地	電話番号
12月31日(木)	かずあき歯科医院	青野町西ノ後 9-3	(42)8283
1月2日(土)	小佐々歯科診療所	田町15	(42)5858
1月3日(日)	やなぎはら歯科医院	青野町西中居 61	(42)1278

## 新型コロナウイルス流行期の

## 健康づくりのポイント

新型コロナウイルス感染症予防のため、新しい生活様式「身体的距離の確保」「マスクの着用」「手洗い」など感染症予防に努めましょう。



感染を防ぐために、外出をしないで家にこもるなど生活が不活発になると、心身の衰弱状態であるフレイル(虚弱)につながります。日ごろから体を動かすことを心掛けましょう。市では、簡単な体操や初心者向けの筋トレなどの動画を配信しています。



右のQRコードを読み込むか、YouTubeで「綾部市」を検索！ぜひ参考にしてください。



## 成人用肺炎球菌予防接種はお済みですか？

下記の対象者で過去に接種したことがない人は、令和3年3月31日(水)までにお済ませください。



①対象者の生年月日	年齢	自己負担金
昭和30年4月2日～昭和31年4月1日	65歳	4,000円
昭和25年4月2日～昭和26年4月1日	70歳	
昭和20年4月2日～昭和21年4月1日	75歳※	
昭和15年4月2日～昭和16年4月1日	80歳	
昭和10年4月2日～昭和11年4月1日	85歳	2,000円
昭和5年4月2日～昭和6年4月1日	90歳	
大正14年4月2日～大正15年4月1日	95歳	
大正9年4月2日～大正10年4月1日	100歳	

②令和2年4月1日現在で、60歳以上65歳未満で心臓、腎臓や呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害がある人。

※75歳になる人は、誕生日以降は2,000円になります。  
◆市民税非課税世帯、生活保護世帯の人は無料で接種できます。詳細は6月に送付した案内をご覧ください。

## あやちゃん健康ポイント 交換は1月29日(金)まで!

あやちゃん健康ポイントとは、健診受診や健康イベントなどの健康づくりに取り組み、ポイントをためて賞品と交換・抽選に応募できる事業です。

ポイントカードは保健福祉センターや各公民館に設置。ホームページからもダウンロードできます。

職場健診、歯科健診、乳幼児健診、地区の運動会、高齢者学級や育児サークルなども対象になります。申請しないともったいないよ!



2月下旬にFMいかるで公開抽選会生放送を行います！ぜひお聞きください!!